



4月のほけんだより

大津市立伊香立保育園
令和5年4月10日

うらかな春の日。ご入園・ご進級おめでとうございます。新しいスタートにワクワク・ドキドキしている子ども達ですが、張り切りすぎて疲れてしまわないように、自分のペースで楽しく過ごしましょう。



保健室より

新しいお友達も増え新年度が始まりました。子ども達が元気いっぱいの園生活を過ごすことができるように、保健に関わっていきます。ほけんだよりでは、保健行事のお知らせやお子さんの健康に関することなどをお知らせします。けがや体調不良の時は対応させていただきます。-

担当の高岸佐智子です。
よろしくお願いします。



今月の保健行事

- 11日(火) 身体計測(きりん組)
- 12日(水) 身体計測(ぞう組)
- 13日(木) 身体計測(くま組)
- 14日(金) 身体計測(ぱんだ組)
- 17日(月) 身体計測(りす・うさぎ組)



・4月は身長・体重・頭囲・胸囲も測定します

・計測当日、髪が長いお子さんは髪を結ばないようにお願いします。

健康診断(全園児対象) 内科 5月17日(水)
歯科 6月7日(水)

上記を予定しています。詳細については後日お知らせします。



生活リズムを整えよう!

入園、進級で環境が変わった4月は生活リズムを改善するよい機会です。正しい生活リズムを身に付け、健康な体をつくりましょう。

早寝早起きをしよう

睡眠は、脳や体の発育も促す大切な時間です。夜は9時頃までに眠り、朝は7時頃までに起きられるように習慣付けましょう。



ご飯はしっかり食べよう

朝ご飯を食べると体が目覚め、その日1日を元気に過ごせます。朝ご飯はよくかんで、しっかり食べるように促しましょう。

うんちは出たかな?

朝ご飯を食べると腸の動きが活発になり、排便しやすくなります。朝ご飯の後はトイレに座る時間をつくりましょう。



1日を楽しく過ごせるように
おかしいなと思ったら、無理を
しないように、お願いします。

乳幼児健診

10か月児健診・赤ちゃん相談会(午前)

5日(水) 和邇すこやか相談所(来月は10日)

28日(水) 堅田市民センター(来月は17日)

1歳9か月児健診(午前)・3歳6か月児健診(午後)

27日(木) 和邇すこやか相談所(来月は25日)

2歳6か月児健診(午後)

5日(水) 和邇すこやか相談所(来月は10日)

園医さんを 紹介します

内科

岡村 清 医師

和邇診療所

TEL 594-0029

歯科

竹内 弘明 医師

竹内歯科医院

TEL 572-4488

